

 **PDF Complete**
Your complimentary use period has ended.
Thank you for using PDF Complete.
[Click Here to upgrade to Unlimited Pages and Expanded Features](#)



26 AVR 12
Quotidien Paris
OJD : 183571

Surface approx. (cm²) : 797
N° de page : 32

C'est le premier cours de cuisine en ligne et en direct

INTERNET. Chaque jeudi à 19 heures, on peut apprendre à concocter des petits plats tout en restant chez soi. C'est une première en France. Mais ce n'est pas tout ce qu'on peut apprendre sur le Net...



PARIS (XIII^e ARRONDISSEMENT), LE 19 AVRIL. Jean-Sébastien Bompou, ex-chef de cuisine du Ritz, donne des cours de cuisine sur le Net, d'un studio professionnel à Paris.

Dans cette cuisine aménagée dans des locaux professionnels à Paris (XIII^e), les deux projecteurs sont allumés, les trois caméras prêtes à tourner. « 3, 2, 1, c'est parti », décompte l'un des cinq techniciens. Il est temps pour le cuistot, Jean-Sébastien Bompoil, tablier blanc d'expert, d'aiguiser les papilles. « Ce soir, c'est dos de cabillaud laqué au miel de soja avec polenta crémeuse et gâteau inversé minute à la poire et à la vanille », annonce, tel un présentateur décontracté du JT, le professeur... qui ne voit pas ses élèves. Bienvenue au premier cours de cuisine en live et en ligne concocté, en quarante minutes chrono, par **l'Atelier** des chefs* qui, cette fois, nous apprend à être un as des fourneaux hors de ses boutiques. Le concept, testé l'année dernière et désormais proposé tous les jeudis à 19 heures, est simple. Sans bouger de chez eux, depuis leur cuisine, les clients suivent, en direct, la leçon de gastronomie qui est retransmise sur l'écran de leur ordinateur. Et exécutent ainsi en temps réel la recette qui alimentera leur dîner. Grâce à un chat, ils peuvent à tout moment poser des questions au chef.

« *Tout le monde s'est pris au jeu. J'ai cru revoir des épreuves de l'émission « MasterChef ».* »

LUC

« Posez du film alimentaire sur votre clavier pour ne pas salir les touches », conseille Jean-Sébastien, qui s'adresse là à une petite centaine de gastronomes branches. Par mail, ceux-ci ont reçu à l'avance une liste de

courses afin de préparer le repas pour quatre, à un prix qui ne dépasse pas les 20 €. Parmi les connectés, une nette majorité de femmes dont une expatriée en Caroline du Nord. Jean-Seb commence par le dessert. Il

épluche les poires. « On enlève bien le

pédoncule », précise le pro. Les interrogations des apprentis, notamment celles d'un drôle de « Joel Reblonchon », sont sélectionnées par Camille, la modératrice installée dans la

régie, qui les transmet ensuite à Jean-Sébastien. « Tiens, une question de Camille qui me demande quel couteau j'utilise. Eh bien, c'est un couteau céramique », répond-il.

Parfois, il y a des appels au secours.

« Comment rattraper un caramel brûlé ? » s'alarme ainsi Domi. « Ah, quand c'est brûlé, c'est brûlé, faut recommencer », rétorque notre maître queux. Face à lui, l'horloge tourne. Au bout de vingt minutes, c'est déjà l'heure du plat de résistance. « Ça va un peu trop vite », écrit une internaute. L'ex-chef de cuisine du Ritz, qui manie parfaitement l'humour et la pédagogie, cisèle les échalotes, fait dorer le cabillaud, ajoute la petite touche de persil... Et c'est fini. « Merci de m'avoir suivi, à jeudi prochain avec, au menu, un trifle à la framboise », lance-t-il en faisant encore saliver son auditoire.

Le cuisinier peut souffler. « Dans cet exercice, il n'y a pas de temps mort, il faut toujours trouver quelque chose d'intelligent à dire », commente-t-il a chaud. Pendant ce temps, ses clients passent à table. « Pour eux, le dîner est prêt. Ils joignent ainsi l'utile à l'agréable », savoure-t-il. Domicilié en Gironde, Luc, père de 5 enfants âgés de 2 à 10 ans, a suivi la leçon en famille. « Tout le monde s'est pris au jeu. J'ai cru revoir des épreuves de l'émission *MasterChef* sur TF 1. Nous n'étions pas trop nombreux car le rythme était assez soutenu. Un pour regarder l'ordinateur et relayer les informations, un pour apporter les ingrédients et ustensiles, un à la cuisson... » raconte ce cadre sup bien décidé à remettre le couvert.

VINCENT MONGAILLARD

■ Renseignements : www.atelierdeschefs.fr. Tarif : 7,50 € le cours, 9,90 € l'abonnement au mois, 29,90 € les six mois, 49,90 € à l'année.

On peut tout apprendre sur le web

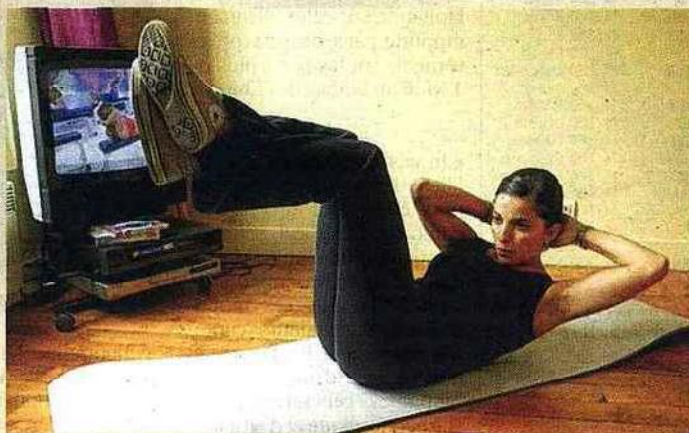
La flemme de braver la pluie jusqu'à la salle de sport, marre de supporter les embouteillages pour conduire le fiston à sa leçon de guitare, la honte d'affronter le prof d'anglais sans avoir fait ses exercices. Vous rêvez de rester bien tranquille à la maison, sans pour autant voir votre corps ni votre cerveau ramollir ? La solution est sur Internet, le nouveau paradis des cours en ligne. Gym, musique, langues étrangères, tricot, bricolage... On trouve de tout. Beaucoup sont gratuits, mais la qualité reste souvent payante.

■ **Abdos-fessiers en pyjama.** « Je n'ai jamais été à l'aise dans les grands clubs de gym trop m'as-tu-vu », avoue Caroline, 36 ans, qui s'est remise au sport dans son salon. La jeune femme suit depuis quelques mois, en rediffusion sur Internet*, les cours de gym présentés par Sandrine Arcizet sur Direct 8, les jeudis, vendredis, samedis et dimanches à 6 heures. « Je n'ai plus besoin de sortir, je me lève, j'avale mon café et hop, je fais ma petite gym pendant une demi-heure ou une heure, avec échauffement, renforcement musculaire, abdos-fessiers

et étirements, comme dans mon ancienne salle de quartier, apprécie cette adepte des cours avec haltères. Et je ne culpabilise plus de manquer une séance. C'est gratuit. »

■ **Du piano à son rythme.** Les musiciens traumatisés par le conservatoire peuvent continuer à s'entraîner chez eux, en suivant un cours de musique en ligne. Le site Imusic-school.com propose, par exemple, d'apprendre un instrument à son rythme en regardant des vidéos d'artistes qui donnent leurs conseils de jeu. Un enseignement qui n'est pas donné. Le cours de piano de Matthieu Gonnet, l'ancien répétiteur de la « Star Academy » ou la leçon de guitare de Sanseverino coûtent 19,90 € par mois. Partitions, tablatures, play-back, cours de solfège viennent compléter cette formation.

■ **L'anglais, c'est pas du chinois.** Anglais, allemand, espagnol mais aussi chinois, portugais brésilien... toutes les langues sont sur Busuu.com. Ce site dispense gratuitement des cours interactifs, avec des enregistrements



Faire des abdos-fessiers dans son salon : c'est possible, notamment grâce aux cours diffusés sur Direct 8 et accessibles sur Internet.

(L.P./FRÉDÉRIC DUGIT.)

audio, des exercices, la possibilité de pratiquer à l'oral en échangeant avec les autres membres de la communauté, et des applications à installer sur son smartphone.

■ **Point de riz et papier peint.** L'art de monter les rangs une maille à l'endroit

une maille à l'envers ou d'enchaîner deux lais de tapisserie s'expose aussi sur la Toile grâce à des sites de tricot comme Tricotin.com et des forums de bricolage où des passionnés partagent leurs secrets.

JULIE CORRE

■ * <http://rediffusion-gym-direct.fr>